භාවනා උපදෙස් 10

චිත්ත රීති 02

ශෛලගතවීම

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

"බහුලමනුවිතක්කෙති අනුවිචාරේතී
තතා තතා නතීහෝති චේතසා තීති"

පූජනීය මහා සංඝ රත්නය ප්‍රධාන මෑණිවරුන්ගෙන් අවසරයි. ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වතුනි,

ඔය ඇත්තො අද දවසේදීත් සතිපට්ඨාන භාවනාව, සතිපට්ඨාන සූත්‍රය කේන්ද්‍ර කර ගත්ත භාවනා වැඩසටහනටයි මේ සම්බන්ධ වෙලා ඉන්නේ. මේ තාක් දුරට අපි, භාවනාව කියන විෂය සවිස්තරව ප්‍රායෝගිකව අත්විඳිනකොට, බුක්ති විඳිනකොට ඇති වෙන ගැටළු සහ ඒවාගෙන් නිදහස් වෙන්නෙ කොහොමද? ඒ භාවනාවේදී ඇති වෙන ගැටළු සාමාන්‍ය ජීවිතේදී අපිට කොහොමද බලපාන්නේ? භාවනාවේදී ඒ දේට පිළිතුර හොයාගන්නකොට සාමාන්‍ය ජීවිතේ තියන ගැටළුවත් විසඳෙන්නෙ කොහොමද? කියන කාරණාව ගැනයි මේ පහුගිය කාලය තුලදී සාකච්ඡාවට ලක් කලේ.

චිත්ත රීති කියන මාතෘකාව යටතේදී අද දවසේදී කතාබහ කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ පින්වතුනි, 'ශෛලගතවීම' කියන අංශය ගැනයි. ඔය ඇත්තොත් මමත් අපේ ජීවිත තුල ජීවත් වෙනකොට මගේ අය, අපේ අය, මම දන්න අය, මම කැමති අය, මම අකමැති අය, මට නුරුස්සන අය, මම කැමති රූප, මම අකැමැති රූප, මට හොඳ රූප, මට නරක රූප, ආදී වශයෙන් මම කැමති සහ මගේ ග්‍රහණයේ තියන, මම අකැමැති මගේ ග්‍රහණයේ නැති ආදී වශයෙන් අපේ ජීවිත තුල අපිට බුක්ති විඳින්නට ලැබෙන අත්දැකීමට අපි යම්කිසි විදියකට වටිනාකමක්, ලේබල් එකක් සනිටුහන් කරගැනීමක් එකතු කරනව.

මේ කියන සනිටුහන් කරගැනීම, ලේබල්ගත කිරීම අපේ ජීවිත තුල පින්වතුනි නොදැනුවත්වම අපි සිද්ධත් කරනව. යම්කිසි කෙනෙක් කතාබහ කරන වචනයකට අපේ රුචියක්, මනාපයක්, කැමැත්තක් ඇති වෙනවා නම් ඒ දෙයට අපි වඩා වැඩිපුර නැමෙන්නටත් යම්කිසි කෙනෙක් ගැන කතාවට අපේ රුචිය මනාපය යන්නෙ නැත්තං ඒ දේත් එක්ක ගැටෙන්නටත් අපේ හිත අපිව යොමු කරනව.

මෙහෙම කියන අපේ මානසික තලයක, අපිට හිතේ තියන සැකැස්මක කැමැත්ත ඔස්සේ අපි හඹාගෙන යනව වගේම ඇත්තටම කියනව නම් අකමැත්ත ඔස්සේත් අපි හඹාගෙන යනව. අපි හිතුවට අපි අකමැත්තෙන් බැහැර කරන්න හෝ අකමැත්ත බැහැර කරන්න හෝ අකමැත්තෙන් අයින්වෙන්න උත්සාහ කරනවා කියල සැලකුවාට,

ඒ අකැමැත්ත ගැන නිතර නිතර මෙනෙහි කරන්න, සිතුවිලි බෝ කරන්න අපි තව තවත් කිට්ටු වෙන්නේ ඒ අකැමැත්ත ගාවටමයි.

කැමැත්තට යන ප්‍රශ්නෙත් ඕකම තමයි, ප්‍රශ්නාර්ථයත් කැමැත්ත කියන කාරණේ ගැනත් ඒ දේ ගැනත් නිතර නිතර හිතන්න මෙනෙහි කරන්න අපි නැවත නැවත වුට්ට වුට්ට කැමැත්ත ගාවට කිට්ටු වෙන්න පටන් ගන්නවා. ළං වෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන 'ද්වෙධා විතක්ක' කියන සූත්‍රයේ මෙන්න මෙහෙම පාඨයක් තියනවා,

"බහුලමනුවිතක්කෙති අනුවිචාරෙති, තථා තථා නති හොති චෙතසා" කියල.

පින්වතුනි අපි දන්නෙ නැහැ අපේ හිතට මේ වගේ වැඩපිළිවෙලක් සිද්ධ වෙන්නෙ ඇයි කියලා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියල දෙන තාක් කල්. තථාගතයන් වහන්සේ අපිට කියල දෙනව චිත්ත රීතියක් හැටියට, මේ අපේ හිත්වල තියන සාමාන්‍ය ස්වභාවයක් හැටියට මෙන්න මෙහෙම කාරණාවක්. ඒ කොහොමද? එක්තරා කාරණාවක් දිහා අපි නැවත නැවත නැවත නැවත බලනවා නම්, නැවත නැවත හිතන ආකාරයක් තියනවා නම්, හිතන ස්වභාවයක් තියනවා නම්, ඒ කාරණේ දකින්නට උත්සාහවන්ත වෙන විදිහක් තියනවා නම්, ඒ ආකාරයට ඒ පැත්තට ඒ දිශාවට අපේ හිත නැමෙනව.

"බහුලමනුවිතක්කෙති අනුවිචාරෙති, තථා තථා නති හොති චෙතසා"

බහුල හැටියට හිතනවා නම් යම්කිසි වූ කාරණාවක් ගැන එක්තරා වූ රටාවකින්, "අනුවිචාරේති" ඒක හා සම්බන්ධ ඒ හා සමගාමීව යන තව තව කුඩා කුඩා විතර්කත් ඇති කරගන්නවා නම්, ඒ අනුවත් අපි කල්පනාව කරනවා නම්, සිහිය යොදවනවා නම්, අපේ වීර්යය යොදවල ඒ විදියට මෙනෙහි කරන්න උත්සාහ කරනවා නම්, ඒ හිතන හිතන ආකාරයට හිත නැමෙන්න පටන් ගන්නව. "තථා තථා නති හොති චෙතසා"

භාවනාව පැත්තෙන් ගත්තහම ඔය දේ සිද්ධ වෙන්නෙ මෙන්න මෙහෙමයි. අපි භාවනාවට වාඩි වෙලා ආශ්වාසය දැක්කා නම්, යම් පමණක අපි ඒ ලබා ගත්ත අත්දැකීම ආයෙත් ලබා ගන්නට, නැවත නැවත ලබා ගන්නට, ඒ අත්දැකීමමයි ඇති කරගත යුත්තේ කියල කල්පනා කරනවා නම්, මෙනෙහි කරනවා නම්, අපිට අපේ භාවනාව තුල පින්වතුනි වෙනයම් වූ දෙයක් සනිටුහන් වීම කරදරයක් වෙන්න පුළුවන්. බාධකයක් වෙන්න පුළුවන්. අපි රුචි නෑ ඒකට.

මොකද අපේ කැමැත්ත තියෙන්නේ ආනාපනය බලන්න විතරයි. හුස්ම බලන්න විතරයි, හුස්ම දකින්න විතරයි. එතකොට තථාගතයන් වහන්සේගේ මේ සතර සතිපට්ඨානය කියන සූත්‍ර දේශනාවේ ආනාපාන සතිය කියන භාවනා කොටස ඒ දේ විස්තර කරන්නෙ කාරණා දාසයක් යටතේ. ඒ කාරණා දාසයට කායානුපස්සනාව, වේදනානුපස්සනාව, චිත්තානුපස්සනාව සහ ධම්මානුපස්සනාව කියන මේ කොටස් හතරම අයිති වෙනවා, අදාළ වෙනවා, එක්රොක් වෙනවා.

හැබැයි අපි අපේ හිතේ ශෛලගතවීමක් සකස් කරගෙන තිබුනෝතින් අසවල් දේ පමණයි මට අවැසි වෙන්නේ කියලා, මම භාවනාව හැටියට පුරුදු කරන්නේ හුස්ම දිහා බලන එක පමණයි හෝ යම්කිසි වූ දෙයක් හිතන එක පමණයි ආදී වශයෙන් අපි ග්‍රහණය කරගත්ත යම්කිසි වූ රටාවක් තියනවා නම්, කාලයාගේ ඇවෑමෙන් අපි මෙනෙහි කරන්නෙත් (අනුවිචාරේති කියල කියනවා) කතාබහ කරන්නෙත් ජීවිතේ පුරුදු කරන්නෙත් ඒ අපේ හිතේ හදාගත්ත ඒ අදහස ස්ථිර හැටියට පරිවර්තනය කරගන්නට අවස්ථාවක් සැලසෙන ආකාරයෙන්ම තමයි.

අපි අපේ හිතට ඇති කරගන්න අදහස ස්ථිර කරගන්නට, ඒකම පවත්වා ගන්නටමයි කල්පනාව ඇති කරගන්නෙ. එතකොට එහෙම වුනහම පසුකාලීනව තියන ගැටළුව තමයි, අපේ හිත ඒ දේ විතරක් දරාගන්නට ඒ දේ විතරක් හරියි සහ නිවැරදියි කියල හිතන්නට පෙළඹෙනව.

සාමාන්‍ය ජීවිතය තුලදි පින්වතුනි අපි අනිත් ඇත්තො එක්ක ඇසුරු කරද්දි පවා අපි අපේ හිතේ ඇති කරගන්නා වූ අදහස් ඒ ඒ අදහසට යන විදියට අපි අපේ හිතට දා ගන්න තව තව සිතුවිලි තියනවා නම්, කතාබහ කෙරෙනවා නම්, ඒ හැම එකක්ම හින්දා තමයි ඊළඟ කාලයකදි වෙනකොට අපි ඒ හිතපු ස්වභාවටම පරිවර්තනය වෙන්න පටන් ගන්නෙ.

යම්කිසි කෙනෙක් කෙරෙහි තරහකින් බලනවා නම්, ඒ තරහට අනුකූලව නැවත නැවත හිතනවා නම් කල්පනා කරනවා නම්, සිතිවිලි බඳිනවා නම්, පින්වතුනි කාලයක් යනකොට ඒ කෙනා දිහා බලනකොට අපේ හිතට තරහක් එනවා කියන එක නතර කරන්න බැහැ. අපි තරහකින් කතා කරනවා කියන එක, අපේ වචනය තරහක් හැටියට පිට වෙනවා කියන එක වෙනස් කරන්න බැහැ. හේතුව තමයි කාලාන්තරයක් තිස්සේ පුරුදු වෙලා තියනව, පුරුදු කරල තියනව, ඒ විදිහෙ තරහ ඇති වෙන ස්වභාවයකින්ම කතා කරන්න හෝ දකින්න හෝ බලන්න.

ඔය ආකාරයම තමයි පින්වතුනි අනික් හැම ක්ලේශකටම. ඉතින් එවන් වූ හිතක් එක්කයි අපි භාවනාවට වාඩි වෙන්නේ, පර්යංකයකට යන්නේ. මේ හිතේ තියන සකස් කිරීම, තරහ හැටියට බලනව කියන එක නෙවෙයි ශෛලිගත වෙනවා කියන එකයි. ඒකාකාර ස්වභාවයක් දැක්කාට පස්සේ, ඒකාකාර ස්වභාවයක් හඳුනා ගත්තාට පස්සේ, ඒ කාරණය දිහා වෙනත් විදියකට බලන්න විශේෂ ආකාරයකට බලන්න හිත යොමන්නෙ නෑ කියන එකයි මෙන්න මේකෙදි සිද්ධ වෙන්නෙ.

එතකොට එහෙම වුනාම පින්වතුනි අපි හිතන දේ තමයි ඊයෙ පර්යංකයෙදි ලබාපු අත්දැකීම අද පර්යංකයේදී ලබන අත්දැකීම හා ම සමානයි කියලයි හිතන්නෙ. ඊයෙ භාවනාවෙදි අපි බුක්ති විඳපු අත්දැකීම අද භාවනාවේදී ලබන අත්දැකීමට සමානයි කියලයි හිතන්නෙ.

මේ අත්දැකීම කියන දේ කුළු ගන්වා ගන්නට අපිට උපකාරී වෙන කාරණා තුනක් තියනවා. පළවෙනි එක තමයි ඒ අත්දැකීම හඳුනා ගන්නට අපි භාවිතා කරන සංඥාවල් ටික. කෙනෙක් වුනොත් එහෙම, ඒ කෙනාගේ හැඩය වෙන්න පුළුවන්, පාට වෙන්න

පුළුවන්, ඒ කෙනාගේ ගමන් විලාසය වෙන්න පුළුවන්, කතාබහ කරන ස්වරූපය වෙන්න පුළුවන්, මෙන්න මේව සංඥා වගේ වෙන්නෙ.

කොහේ හරි බුරන සද්දයක් ඇහුනොත් එහෙම අපි දන්නවා දැන් මේ බල්ලෙක් බුරන්නෙ කියල. එහෙම නැතුව ළමයෙක් කෑ ගහනව වගේ සද්දයක් ආවොත් එහෙම අපි දන්නව මේ බල්ලෙක් බුරනව නෙවෙයි, මේ ළමයෙක් කෑ ගහනවයි කියල. අන්න ඒ වගේ ඕනම සිද්ධියකට, අවස්ථාවකට, අත්දැකීමකට අදාල වෙන විදිහේ හඳුනා ගැනීම් සමුදායක් තියනව. ඒ හඳුනා ගැනීම් සමූහය එක්ක අපි ස්ථිර අදහසකට ගන්නවා ඊයේ තිබ්බ්ව දේ තමයි, ඊයේ තිබ්බ්ව අත්දැකීමම තමයි අදත් මේ තියෙන්නෙ කියල.

ඊළඟට තමයි ඒ හඳුනා ගත්ත දේ අපි වින්දනය කරන ස්වභාවය. භාවනාවකදි නම් ආශ්වාසය දකිනකොට අපිට ඒ ආශ්වාසය ඊයෙත් පෙනුනේ භාවනා කරද්දි ඉස්සෙල්ලම ආශ්වාසයක් නම් අදත් හිතනවා අනිවාර්යයෙන්ම ආශ්වාසයක්ම පෙනෙන්න ඕන, දකින්න ඕන කියල. ඒ වගේමයි ඊයෙ ආශ්වාසය මෘදුව තිබුනා නම්, සැහැල්ලුව තිබුනා නම්, අදත් බලාපොරොත්තු වෙනවා අපේ ආශ්වාසය මෙන්න මේ විදිහේම ස්වභාවයකින්ම තිබිය යුතුමයි කියල.

ඊළඟ එක තමයි පින්වතුනි ඔය ලබා ගත්ත අත්දැකීම කෙරෙහි අපි ඇති කරගන්නා වූ සිතුවිලි. ඒ ලබා ගත්ත අත්දැකීම අපි ආපහු මෙනෙහි කරනකොට මෙනෙහි කරන්නේ අපි ඒ ඇති කරගත්ත, කිට්ටු කරගත්ත, ළං කරගත්ත, අර අත්දැකීම් ගොන්නත් එක්කම තමයි. ඒ අත්දැකීම් ගොන්නේ තියන සංඥා ටිකත් එක්කම තමයි, වින්දනයන් එක්කම තමයි. මෙන්න මේවා ඊළඟට ඊළඟට ඒ හා සමානව වගේ තියන සංඥාවල් සමූහයක්, වින්දනයන් සමූහයක් සහ විතර්කයන් සමූහයක් අපි අත්දකිනකොට, අපිට ඇති වෙන අදහස තමයි ඊයෙ තිබ්බ්ව අත්දැකීමම තමයි අද මං මේ බුක්ති විඳින්නෙ කියල.

හැබැයි ඊයෙ ලබාපු, ඊයෙ අත්දැකපු, ඊයෙ බුක්ති විඳපු ආනාපානය නෙවෙයි අද අපේ ශරීරයෙන් ගලාගෙන යන්නෙ. ඕකට පාලියෙන් කියනව ඇත්තටම කියනව නම් "අනිච්චේ නිච්ච සංඥේ" කියල. මේ ලෝකය තුල වෙනස් වීමක් කියන කාරණාව අපි නිත්‍ය හැටියට දකින්න උත්සාහ කරනව. ඒ නිත්‍යතාවය හදල දීල තියෙන්නෙ වෙන මොකක්වත් හින්ද නෙවෙයි අපි හදාගත්ත සංඥා සමූහය හින්ද. අපි ඒ දේ බුක්ති විඳින වින්දනයන් සමූහය හින්ද. අපි ඒ කියන අත්දැකීම ගැන කල්පනා කරන ස්වභාවය තමයි නිත්‍ය සංඥාව හදල දෙන්නෙ. නිත්‍ය ස්වභාවය, නිත්‍ය ක්‍රමය හදල දෙන්නෙ.

ඒ වුනාට පින්වතුනි අපි මේ ජීවිතේ ලබන හැම අත්දැකීමකටම, හැම අවස්ථාවකටම මුහුණ දෙන්නේ පළවෙනි සහ අවසාන වතාවට. පළවෙනි සහ අවසාන වතාවට. ඒ අත්දැකීම හෝ ඒ කෙනා හෝ ඒ අවස්ථාව හෝ ඒ අකාරයෙන්ම ඒ ස්වභාවයෙන්ම අපිට ජීවිතේ ආයෙ කවම කවරදාකවත් හම්බ වෙන්නෙ නැහැ. ඒ ස්වභාවයේ තියන දෙයක් හම්බ වෙනවා නමුත් ඒ අත්දැකීමම, ඒ ස්වභාවයම අපිට හම්බ වෙන්නෙ නෑ. ඒ කෙනාවම අපිට හම්බ වෙන්නෙ නෑ. යම්කිසි හෝ පරිවර්තනයක ලක් වෙලා තියනව.

මේ කියන දැනුම අපිට නැති හින්දා තමයි අපි මේ ලෝකයේ තියන අත්දැකීම් කෙරෙහි, අවස්ථාවන් කෙරෙහි, පුද්ගලයන් කෙරෙහි නිත්‍ය වූ සංඥාවක් ඇති කරගන්නෙ. ඒ

නිත්‍ය සංඥාවට හේතු භූත වෙලා තියෙන්නෙ ඒ කෙනා හෝ ඒ සිද්ධිය කෙරෙහි අපි ඇති කරගත්ත සංඥා සමූහය හෝ වින්දනයන් සමූහය හෝ හිතන විදිහ. විතර්ක ටික.

ඔන්න ඔය කියන කාරණාවල් ටික හඳුනා ගන්න අපිට අවස්ථාවක් හම්බ වුනා නම් පින්වතුනි, භාවනාවෙන් සාමාන්‍ය ජීවිතයේදී අපිට දුක හදල දෙන හෝ අපිව කරදරයට පත් කරවන නිත්‍ය සංඥාව මොකද්ද කියල තේරුම් ගන්න අවස්ථාවක් එනවා. මේක තුලින් එතකොට අනිත්‍යයයි කියල කියන්නෙ මෙන්න මේකයි කියල මෙනෙහි කිරීමක් නෙවෙයි සිද්ධ වෙන්නේ, තමන් නිත්‍ය හැටියට ගන්න කාරණය මොකද්ද කියල හඳුනා ගැනීමකුයි වෙන්නෙ. එතකොට අනිත්‍යතාවය අවබෝධයක් බවට පත් වෙනව.

අනිත්‍යතාවය හැටියට බලන්න ඕන මොනවද? අනිත්‍යය හැටියට දැකල තියෙන්නෙ මොනවද? අනිත්‍යය හැටියට දකින්නෙ නැත්තෙ මොනවද? කියන එක අපිට විද්‍යාමාන වෙන්න පටන් ගන්නව. එතකොට මේ ජීවිතය තුල යම්කිසි කාරණාවක් කෙරෙහි අපි දැඩි විදියට ඇලීමක් හදාගෙන තියනව නම්, දුකක් සන්තාපයක් ඇති වෙන ප්‍රමාණයෙන් අපි ඒ දෙයින් නිදහස් වෙන්න මඟ හදාගනී, පාර හදාගනී. මේ දේ කරන්න මඟ අහුරන එකම එක කාරණේ තමයි පින්වතුනි අපි අර විදියට ශෛලගතවීම.

මේ ස්වභාවයෙහි, නැත්නම් මේ අත්දැකීමෙහි, මේ කෙනාගේ තියෙන්නේ මෙන්න මේ ස්වභාවයමයි කියල ස්ථිර අදහසකට පැමිණීම. ඒ දෙයින් නිදහස් වෙන්න ලේසි නැහැ ඔය දේ ගැන නිකං කතා කල පලියට. ඒ දෙයින් නිදහස් වෙන එක ඒ තරම් සරල නැහැ.

ඒකට හේතුව තමයි ඒ සිද්ධිය හෝ ඒ කෙනා හෝ ඒ අවස්ථාවට එක්ක එකතු වෙච්ච ඔය කියන නිත්‍ය සංඥාව ස්ථිර හැටියට ගන්න අදහස අපි ගාව තියෙන්නේ අපි ඇති කරගත්ත සංඥා සමූහය හින්දයි. අපි ඒ සංඥා සමූහයයි ස්ථිර හැටියට අරන් තියෙන්නෙ. ඒ සිද්ධිය හෝ ඒ කෙනාව වින්දනය කරන වේදනා සමූහයක් තියනව සැප, දුක්, උපේක්ෂා හැටියට. අන්න ඒ ටිකයි අපි නිත්‍ය හැටියට අරන් තියෙන්නෙ.

ඒ දේ කෙරෙහි අපි, ඒ කෙනා කෙරෙහි අපි කල්පනා කරන, හිතන ස්වභාවයක් තියනව හිතන්නෙ "මේ කෙනා මෙහෙමමයි, මේ සිද්ධිය මෙහෙමමයි" ආදී වශයෙන්. මෙන්න මේ කියන හේතු හින්දයි පින්වතුනි අපිට මේ කියන උගුලෙන් ගැලවෙන්නට නිදහස් වෙන්නට බැරි වෙන්නෙ.

සතිපට්ඨාන භාවනාවේදී තමයි අපිට ඉඩහසර හම්බ වෙන්නේ, අපි තුල තියන නිත්‍ය සංඥාව මොකක්ද? ඒ දෙයින් බැහැර වෙන්න භාවිතා කරන්න පුළුවන් ක්‍රමය මොකක්ද? කියල. ඉතින් අන්න ඒ දේ අපි භාවනාවක පුරුදු කරන ස්වභාවයකට යන්න පුළුවන්කම තියනවා නම්, අපි හඳුනාගන්න පටන් ගනීවි ඊයෙ අපි භාවනාව පටන් ගත්තේ අසවල් දෙයකින් නම් අදත් ඒ දේම ඉන්න බලාපොරොත්තු වෙනවාද? කියන අදහස.

මේක ඒ තරම්ම සරලයි. ඒ වගේ සරල තැනකින් ඉඳලාම තමයි මේ ගමන ඉස්සරහට ඇදීගෙන යන්නෙ. තව තව ගැඹුරටත් ඕක ක්‍රියාත්මක වෙන්න පුළුවන්, ඇති වෙන්න

පුළුවන්, අපිට විඳදරාගන්න අවස්ථාවක් තියෙන්නත් පුළුවන්. නමුත් භාවනාව තුල පින්වතුනි ඊයේ ලබාගත්ත, නැත්නම් ඊට කලින් ලබාගත්ත අත්දැකීමම අපි අදත් ලබා ගන්න හිතනවා නම්, අන්න ඒක තමයි නිත්‍යතාවයෙ තියන හිතක සාමාන්‍ය ලක්ෂණය.

ඉතින් මේ විදියට අපි බාහිරින් බලනකොට අර කියන සංඥාවල්, යම්කිසි පුද්ගලයෙක් හරි කමක් නෑ අපිට තේරෙන්න පුළුවන් අර ඊයෙ හිටපු කෙනාම තමයි අද මේ ඉන්නෙ කියල. ඒ වුනාට ඇත්ත වශයෙන්ම ගත්තොත් එහෙම කායිකව සහ මානසිකව ඒ කෙනා බොහෝම පරිවර්තනයකට ලක් වෙලා, බොහෝදුරට වෙනස් වෙලා, ගොඩක් වෙලාවට වයසට ගිහිල්ලා ආදී හැටියට ජරා ජීර්ණත්වයට පත් වෙමින් ඉන්න කෙනෙකුයි අපි දකින්නෙ.

මෙහෙම බලනකොට පින්වතුනි ඊයෙ හිටපු කෙනාට අපි දක්වපු ඒ ප්‍රතිචාරයන් අදත් දක්වනවා නම්, ඒ ස්වභාවයෙන්ම ඒ තරම් සාර්ථක වෙන්නෙ නැහැ සාධාරණ වෙන්නෙ නැහැ. මෙන්න මේ කියන කාරණාවයි මට අද ඔය ඇත්තන්ට කියන්න ඕනකම තිබ්බෙ. භාවනාව සිදු කරනකොට අපි ඊයෙ ලබාගත්ත අත්දැකීම සාපේක්ෂ වෙනව පින්වතුනි, ඊයේ දවසේදී අපේ ඇස කන නාසය දිව කය මනස කියන මේ ඉන්ද්‍රියත් භාවිතා කරපු ස්වභාවයට. ඒ වගේම අත්දැකීමක් අද අපි බලාපොරොත්තු වුනාට ඒ වගේ අත්දැකීමක් අද අපිට ලබාගන්න පුළුවන් වෙන්නෙ නෑ. මෙන්න මේකයි සරල සාමාන්‍ය යථාර්තය.

ඉතින් ඔන්න ඔය කියන කාරණාවටයි අද මට ඔය ඇත්තන්ගේ අවධානය යොමු කරන්න පුළුවන් වුනේ. අපි තවම කතා කරන්නෙ ආනාපාන සති සූත්‍රයෙ, "චිත්තසඞ්ඛාරපටිසංවෙදී අස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති පස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති" සහ "පස්සම්භයං චිත්තසඞ්ඛාරං අස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති, පස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති" කියන මේ කොටස් ටික.

මං විශ්වාස කරනව මේ කියල දීපු කාරණාවල්වලින් අද මේ කරන කටයුතු කාරණාවලින් ඔය ඇත්තන්ගෙ භාවනාවට නැත්නම් ඔය ඇත්තන්ගෙ ජීවිතවලට යම්කිසි විදියකට ආලෝකයක් හම්බ වේවි කියල. එසේම වේවා !

ඒ වගේම අද දවසේ සිදු කරන භාවනාවෙන් අද අපි මේ කරපු දේශනාව පිළිබඳව ඒ තියන කාරණාවල් ටික තවත් කුළු ගැන්වේවි කියලත් බලාපොරොත්තු වෙනව. ඉතින් ඒක කල්පනා කරල ධර්මශ්‍රවනය ආදී වශයෙන් අද මේ සිදු කරගත්ත කුසලය ඔය ඇත්තන්ට බොහෝ කාලයක් යහපත පිණිසම වේවා කියල බලාපොරොත්තු වෙනව.

තෙරුවන් සරණයි !

පූජනීය පදියතලාවේ මේධාවි හිමි